

по величине мышечных усилий, варьировать ритм и темп выполняемых. Эти обстоятельства дают основания целесообразности разработки программно-методического обеспечения занятий по джампинг фитнесу с целью внедрения его на занятиях по оздоровительной аэробике.

Литература:

1. Оздоровительный фитнес в высших учебных заведениях : учеб. пособие для студентов мед. вузов / В. Б. Мандриков [и др.]. – Волгоград : Из-во ВолГМУ, 2013. – 168 с.

2. Позняк, Ж. А. Предпосылки внедрения фитнес-бокса в учебный процесс по дисциплине «физическая культура» в УО «ВГМУ»/ Ж.А. Позняк // Инновационные обучающие технологии в медицине : сб. материалов Респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием / Витеб. гос. мед. ун-т ; редкол.: А.Т. Щастный (гл. ред.) [и др.]. – Витебск, 2017. – С. 230–234.

3. Шкирьянов, Д. Э. Модельные характеристики физической подготовленности как фактор индивидуализации физического воспитания студентов-медиков / Д. Э. Шкирьянов // Достижения фундам., клин. медицины и фармации : материалы 72 науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 25–26 янв. 2017 г. / Витеб. гос. мед. ; редкол. : А.Т. Щастный (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГМУ, 2017. – С. 607–609.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОК 1 КУРСОВ УО «ВГМУ» И УО «ВГАВМ» НАБОРА 2017-2018 УЧЕБНОГО ГОДА

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Маслак С.А, Орешенков К.М.

Актуальность. В настоящее время стремительный ритм жизни предъявляет повышенные требования к профессиональному мастерству в избранной профессии, а соответствовать этим требованиям возможно лишь при всестороннем гармоничном развитии, которое достигается путем повышения функциональных возможностей организма, совершенствования физических качеств. Физическое развитие обуславливается единством организма, взаимосвязью всех органов и систем, и чем пропорциональнее сложен человек тем уровень физического развития выше [1-2].

Цель. Определить уровень физического развития студенток 1 курсов основного медицинского отделения УО «ВГМУ» и студенток УО «ВГАВМ» набора 2017 года.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 60 студенток 1 курсов основного медицинского отделения факультета ветеринарной медицины УО «ВГАВМ» и 1 курса лечебного факультета УО «ВГМУ». Возраст испытуемых 17-18 лет. Оценка физического развития проводилась по следующим антропометрическим показателям: длина тела (рост в см),

ЖЕЛ (мл), динамометрия кистевая (кг).

На основании антропометрических измерений рассчитывали индекс массы тела ($ИМТ = МТ \text{ (кг)} / \text{Рост (см)}$), жизненный индекс ($ЖИ = \text{спирометрия (мл)} / \text{вес (кг)}$), силовой индекс ($СИ = \text{сила кисти (кг)} / \text{вес (кг)} * 100$) по 5-ти уровневой шкале оценок (отличный, хороший, удовлетворительный, низкий, очень низкий).

Результаты и обсуждение. Ориентируясь на материалы исследования, стало возможным объективно оценить физическое развитие студенток и сделать сравнительный анализ полученных данных. Результаты исследований отражены в таблице, где числитель количество студентов, знаменатель количество процентов.

Студенты УО «ВГАВМ» показали следующие результаты: ИМТ - отличный 40%, хороший - 12%, удовлетворительный - 8%, низкий - 20%, очень низкий - 20%. ЖИ - отличный - 4%, хороший-4%, удовлетворительный - 32%, низкий - 24%, очень низкий -36%. СИ - отличный - 4%, хороший-16%, удовлетворительный - 24%, низкий - 40%, очень низкий-16%.

Таблица 1. Уровень физического здоровья студенток УО «ВГМУ» и УО «ВГАВМ»

УВО	Показатель	ИМТ	ЖЕЛ	СИ
ВГАВМ	Отличный	10 / 40	1 / 4	1 / 4
	Хороший	3 / 12	1 / 4	4 / 16
	Удовлетворительный	2 / 8	8 / 32	6 / 24
	Низкий	5 / 20	6 / 24	10 / 40
	Очень низкий	5 / 20	9 / 36	4 / 16
ВГМУ	Отличный	11 / 44	1 / 4	2 / 8
	Хороший	3 / 12	2 / 8	3 / 12
	Удовлетворительный	4 / 16	6 / 24	8 / 32
	Низкий	3 / 12	4 / 16	8 / 32
	Очень низкий	4 / 16	12 / 48	4 / 16

Студенты УО «ВГМУ» показали следующие результаты: ИМТ - отличный 44%, хороший - 8%, удовлетворительный - 16%, низкий - 12%, очень низкий - 16%. ЖИ - отличный - 4%, хороший - 8%, удовлетворительный - 24%, низкий - 16%, очень низкий - 48%. СИ - отличный - 16%, хороший-12%, удовлетворительный - 32%, низкий - 32%, очень низкий - 8%.

Результаты исследования показывают, что уровень физического развития студенток УО «ВГАВМ» (преимущественно выпускники сельских школ) при тестировании на определение силовых возможностей организма (ЖЕЛ и СИ) несколько выше чем у студенток УО «ВГМУ», но все же находятся на низком уровне. Тест не требующий силовых проявлений ИМТ несколько выше у студенток УО «ВГМУ».

Выводы.

1. Для достижения и поддержания должного уровня физического развития необходимо увеличить двигательную активность студенток, не

ограничиваясь только объемом физических упражнений, предусмотренных учебным планом.

2. Рекомендовать вести здоровый образ жизни и, по возможности посещать спортивные секции в УВО.

Литература:

1. Маслак, С. А. Динамика скоростно-силовых показателей у девушек первых-вторых курсов лечебного факультета основной медицинской группы / С.А. Маслак, В.А. Маслак // Достижение фундам., клин. медицины и фармации : материалы 65 науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 24–25 марта 2010 г. Витебск : ВГМУ, 2010. – 585 с.

2. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск :Тесей, 2003. – 528 с.

3. Шкирьянов, Д. Э. Рейтинг здоровья студента» как критерий оценки здоровьесберегающей среды учреждения высшего образования медицинского профиля / Д. Э. Шкирьянов // Наука, образованию, производству, экономике : материалы XXI(68) Регионал. науч.-практ. конф. преподавателей, научных сотрудников, аспирантов, Витебск, 11–12 марта 2016 г. : в 2 т. / Витеб. гос. ун-т ; редкол.: И.М.Прицепя (гл. ред) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2016. – Т. 2. – С. 167–169.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ ГОРОДА ВИТЕБСКА

*Маслак С.А., Толочко Е.Н., Большаков Л.В., Лаппо В.А.,
Васильев И.В., Тур А.В.*

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. В современном обществе «информационной гонки» физическое воспитание всё чаще остается нереализованным. Данная проблема уже проявляется в ухудшении уровня здоровья, снижении гармоничности и степени физического развития, особенно у студентов, занимающихся в учебных заведениях с повышенной учебной нагрузкой[2].

Современный специалист должен обладать не только высоким уровнем профессиональной подготовки, но и хорошим здоровьем, которое определяется не только отсутствием выраженных признаков болезней, но и достаточным уровнем развития физических качеств.

Цель. Дать сравнительную характеристику уровня скоростно-силовых показателей студенток первых курсов, которые обучаются в УО города Витебска.

Материал и методы. Объектом исследования явились студентки первых курсов УО «ВГМУ», УО «ВГУ имени П.М. Машерова», УО «ВГАВМ», УО «Медицинский колледж» основной медицинской группы в